

CONSEILS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ DANS LES MÉDIAS : PRÉADOLESCENTS (10 À 13 ANS)

Deux grands changements surviennent à cet âge : le début de l'adolescence et (pour la plupart des enfants) le début de l'utilisation des téléphones et des médias sociaux. Bien que les plus jeunes utilisent la technologie numérique, il s'agit souvent d'un élément essentiel du développement et de l'épanouissement des préadolescents. Ils sont conscients des risques en ligne, comme les atteintes à la vie privée et les contacts avec des inconnus, mais le plus souvent de manière abstraite puisque ce sont les enseignants ou les parents qui leur en ont parlé, et non leurs pairs. Il en découle souvent un écart entre le risque qu'ils pensent courir et ce qu'ils font réellement.

Risques liés aux médias

Les risques auxquels les enfants sont exposés dans les médias se répartissent en quatre catégories :

- les risques liés au **contenu**, lorsque les enfants sont exposés à des contenus préjudiciables comme la violence, la haine et les médias sexualisés, ou qu'ils s'y engagent;
- les risques liés au **comportement**, qui découlent de ce que font les enfants ou de leurs interactions avec d'autres utilisateurs;
- les risques pour les **consommateurs** liés à l'argent, à la publicité et à la collecte de données;
- les risques liés aux **contacts** avec d'autres personnes.

CONTENU

Bon nombre d'enfants de cet âge commencent à utiliser des plateformes conçues pour les adolescents plus âgés ou les adultes : plus de la moitié ont un compte TikTok ou Instagram, et 4 sur 10 ont un compte Snapchat.

Au début de cette période, les enfants s'intéressent souvent davantage au monde extérieur et peuvent

utiliser les médias pour s'informer sur des questions ou des événements d'actualité. Un tiers d'entre eux utilisent Internet pour consulter les actualités, bien que les loisirs (67 %) ainsi que le divertissement et les célébrités (53 %) restent les sujets les plus populaires.

Puisqu'ils sont encore en train de construire leur culture générale, les enfants de cet âge ont souvent plus de connaissances qu'ils ne sont capables d'en interpréter. Ils sont plus susceptibles de voir des contenus trompeurs que n'importe quel autre groupe d'âge : 59 % d'entre eux déclarent en voir tous les jours. Ils apprennent à être sceptiques face aux contenus qu'ils voient en ligne, mais ils apprennent encore à juger si ces contenus sont fiables ou non. Ils sont également plus susceptibles de rencontrer du racisme, du sexisme et d'autres formes de contenu haineux.

De nombreux préadolescents commencent à rechercher des informations sur la sexualité, mais ils ne savent pas toujours comment trouver des informations fiables ou comment éviter de voir des contenus inappropriés. À cet âge, seul 1 jeune sur 10 recherche intentionnellement du contenu pornographique, mais un quart d'entre eux en ont déjà vu sans l'avoir cherché. Ils en voient le plus souvent (dans 64 % des

cas) lorsque ce contenu apparaît sur des sites Web, mais il peut aussi apparaître dans les moteurs de recherche (34 %), dans les réseaux sociaux (19 %) lorsque des amis le partagent (18 %) ou sur des sites de diffusion de vidéos (18 %).

La représentation de genre et l'image corporelle sont des questions clés à cet âge, ce qui peut expliquer pourquoi **les médias sociaux ont le plus grand impact sur le bonheur des filles pendant cette période.** (La fin de l'adolescence en est une autre raison.) C'est à cet âge que l'écart entre l'image qu'elles ont d'elles-mêmes et celle qu'elles pensent devoir présenter en ligne est le plus grand. En particulier, elles se sentent obligées de se donner une image parfaite d'elles-mêmes et de leur vie à tout moment. Elles sont de plus en plus conscientes de la différence entre les images idéalisées qu'elles voient dans les médias et leur propre réalité, mais ne disposent généralement pas de stratégies pour résoudre ce conflit de manière saine.

Les jeunes de cet âge craignent davantage les dangers réalistes que les enfants plus jeunes et sont plus susceptibles de regarder intentionnellement des contenus effrayants ou « grossiers », qui peuvent dépasser ce qu'ils sont capables de gérer.

COMPORTEMENT

Les enfants de cet âge sont de plus en plus indépendants et aspirent à davantage de liberté, mais ils ont encore besoin d'aide pour gérer leur temps et équilibrer l'utilisation des écrans avec d'autres activités.

Bien qu'ils deviennent plus indépendants de leurs parents, c'est en fait l'âge où les enfants sont le plus

influencés par leurs pairs et leurs « super-pairs », comme les influenceurs, les célébrités et les amis de leurs amis. Ils sont enclins à prendre des risques pour tester les limites et gagner un statut parmi leurs pairs, mais à cet âge, il leur est difficile de réfléchir clairement aux conséquences possibles de ce qu'ils font en ligne. Parallèlement, ils commencent à chercher des moyens d'avoir un impact positif, tant hors ligne qu'en ligne.

Ils apprennent encore à gérer les conflits en ligne et les limites de la communication en ligne. Lorsqu'ils atteignent cet âge, ils passent souvent d'une communication avec une seule personne à la fois, par le biais de plateformes vocales et vidéo, à des outils comme les médias sociaux ou les textos de groupe, où ils s'adressent à un public plus large, tout en disposant de moins d'indices quant à la manière dont un message doit être interprété, ce qui peut mener à des conflits involontaires ou à des « situations dramatiques » (« drama » en anglais) lorsque ce qu'ils publient ou lisent est mal interprété.

Les « situations dramatiques » sont plus fréquentes que la cyberintimidation intentionnelle : seul un quart des enfants de cet âge a été la cible de comportements méchants et cruels en ligne, soit moins que les enfants du milieu de l'enfance et les adolescents plus âgés. Dans ces situations, ils sont moins enclins que les plus jeunes à se tourner vers leurs parents ou tuteurs (1 sur 5 le ferait) et plus susceptibles de prétendre que la situation ne les dérange pas (1 sur 4). Lorsqu'ils se livrent à la cyberintimidation, c'est souvent pour se venger de quelqu'un (4 jeunes sur 10 ont indiqué que c'était la raison), se venger au nom d'un ami (1 sur 5), se venger

d'autre chose (un peu moins d'un tiers) ou y prendre part parce que leurs amis le font (1 sur 4).

C'est à cet âge que l'attitude des enfants à l'égard du partage de sextos s'établit. Alors que très peu d'enfants de cet âge ont envoyé (8 %) ou reçu (13 %) un sexto, environ un tiers des enfants à partir de cet âge qui ont reçu un sexto l'ont ensuite partagé avec d'autres personnes.

À ce stade, les enfants sont très conscients de la nécessité de créer une image numérique spécifique, choisissant soigneusement les photos à cet effet (et les modifiant parfois). Plus d'un tiers d'entre eux déclarent ne publier que des contenus dont ils sont sûrs qu'ils n'offenseront ou ne contrarieront pas d'autres personnes, et presque autant disent que les autres attendent d'eux qu'ils ne publient que des contenus positifs en ligne.

À cet âge, les enfants s'appuient fortement sur les commentaires de leurs pairs. Bien qu'ils soient conscients du caractère artificiel de leur comportement, ils sont plus susceptibles d'utiliser des comptes alternatifs ou privés (« finsta », c'est-à-dire des comptes Instagram privés) pour vivre une expérience plus authentique plutôt que d'utiliser leurs comptes principaux de manière plus authentique.

Les jeunes à ce stade sont également vulnérables à une utilisation excessive puisque leurs besoins sociaux, ainsi que leurs attentes pour qu'ils restent en contact avec leurs parents tout en étant plus indépendants physiquement, augmentent au même moment où ils commencent à utiliser des outils médiatiques comme les médias sociaux qui sont conçus pour maintenir l'engagement des utilisateurs.

CONTACT

Les enfants de cet âge utilisent souvent de nombreux outils différents pour rester en contact avec leurs amis et leur famille, notamment des jeux, des réseaux sociaux et des applications de messagerie, ce qui signifie que les personnes qu'ils ne connaissent pas peuvent communiquer avec eux de différentes façons, et que le blocage des inconnus ou des « étrangers » devient une corvée nécessaire.

À cet âge, les enfants se concentrent principalement sur les cercles d'amis et de pairs. Ce n'est que vers la fin de cette période qu'ils commencent à s'intéresser à des communautés plus larges, à l'exception des jeux en ligne et des célébrités dans les médias sociaux. Ils peuvent s'intéresser aux sous-cultures et commencer à explorer des communautés en ligne organisées autour d'intérêts personnels comme l'art ou le codage, ou de parties particulières de leurs identités. Cette démarche est généralement saine, mais elle peut parfois mener à des contacts avec des personnes qu'ils ne connaissent pas hors ligne. Les communautés en ligne fondées sur des intérêts communs, comme les forums et les wikis, leur permettent de développer leur identité et d'accroître leurs compétences ou leurs connaissances au-delà de ce qui est possible avec des pairs hors ligne.

Ils peuvent prendre des mesures pour limiter le nombre de personnes qui peuvent voir ce qu'ils publient en ligne, mais ne pensent pas encore à d'éventuels futurs publics, comme les employeurs.

Les jeunes de cet âge sont moins susceptibles que leurs aînés d'avoir reçu un sexto d'une personne qu'ils ne connaissent qu'en ligne, mais *beaucoup*

plus susceptibles d'en avoir reçu d'un parfait inconnu (4 jeunes sur 10 ayant reçu un sexto l'ont signalé). Les jeunes sont les plus vulnérables à l'exploitation sexuelle, où des faux sextos sont utilisés pour encourager les jeunes à envoyer des sextos, qui sont ensuite utilisés pour faire du chantage.

CONSOMMATEUR

À ce stade, les jeunes considèrent généralement le monde en ligne comme un espace personnel qu'ils utilisent pour s'exprimer, socialiser et apprendre de manière autonome. Ils sont capables de peser les risques et les possibilités, mais accordent davantage d'attention aux avantages possibles. Ils prennent conscience des traces plus abstraites qu'ils laissent en ligne, comme la géolocalisation et la collecte de données, mais ne comprennent généralement pas encore leurs conséquences futures potentielles. Ils savent peu de choses sur ce que les plateformes font du contenu qu'ils y publient et des données recueillies à leur sujet.

Au début de cette période, ils n'ont généralement qu'une connaissance limitée du fonctionnement des outils numériques comme les moteurs de recherche. Par exemple, ils imaginent Google comme une ressource humaine (une équipe ou un réseau de personnes qui répondent aux questions) plutôt que comme un algorithme. Par conséquent, ils se fient trop à des indices superficiels comme l'ordre des résultats pour juger de la fiabilité et ne comprennent pas que ce qu'ils recherchent est visible au moteur de recherche et que leur recherche peut avoir une incidence sur les publicités et le contenu qu'ils y voient (et sur d'autres sites).

Les enfants de cet âge considèrent encore la vie privée essentiellement en termes interpersonnels et commencent à peine à imaginer les publics inconnus ou futurs possibles de ce qu'ils publient en ligne.

Conseils de sécurité

Il existe quatre stratégies principales pour aider les enfants à devenir plus résilients face aux risques en ligne. Nous pouvons :

- **sélectionner** les expériences médiatiques de nos enfants;
- **contrôler** qui peut accéder à nos enfants et à leurs données;
- **co-visionner** les médias avec nos enfants;
- **encadrer** l'utilisation des médias de nos enfants.

SÉLECTIONNER

Espionner les enfants et leur retirer leurs appareils en guise de punition risque d'avoir l'effet inverse à cet âge. Un filtrage excessif risque également de provoquer une réaction de « fruit défendu », et les enfants sont souvent capables de le contourner. Même si cette mesure fonctionne, elle peut les empêcher de développer les compétences numériques dont ils ont besoin pour gérer les risques.

Les préadolescents veulent garder le contrôle sur ce qu'ils voient en ligne : 4 sur 10 d'entre eux prennent des mesures pour éviter de voir de la pornographie. Aidez-les à le faire en leur montrant comment utiliser eux-mêmes les filtres, les termes de recherche et les paramètres de contenu (p. ex. le mode restreint sur YouTube ou TikTok). Puisque les enfants de cet âge

commencent à chercher des informations sur une sexualité saine, proposez-leur des sources de qualité comme [lesexueetmoi](#) (une ressource offerte par la Société des obstétriciens et gynécologues du Canada) et [About Sex](#) de la CBC.

Bon nombre de réseaux sociaux offrent par défaut une expérience plus sûre aux jeunes adolescents. Il est donc important de s'assurer que les enfants donnent leur âge exact lorsqu'ils s'inscrivent. S'ils souhaitent vraiment utiliser une application de médias sociaux particulière, créez un compte partagé et géré par les parents qu'ils pourront utiliser jusqu'à ce qu'ils aient 13 ans.

À cet âge, ils sont conscients des impacts négatifs d'une utilisation excessive ou compulsive, mais ne se sentent pas capables de la contrôler eux-mêmes. Ils ont besoin d'un soutien extérieur et peuvent même aimer que des adultes jouent les méchants et les obligent à se déconnecter.

La plupart des enfants obtiennent leur premier téléphone non pas parce qu'ils l'ont demandé, mais parce que leurs parents voulaient pouvoir rester en contact avec eux. Cette situation peut être source de conflit puisque le téléphone représente plus d'*indépendance* pour les enfants, mais plus de *surveillance* pour les parents.

CONTRÔLER

Les enfants de cet âge ont besoin d'espaces sûrs pour passer du temps avec les personnes qu'ils connaissent déjà, et de moyens sûrs pour faire connaissance avec de nouvelles personnes. Demandez-leur s'ils savent comment empêcher des personnes qu'ils

ne connaissent pas de les contacter dans des jeux, sur les réseaux sociaux et d'autres espaces en ligne, et comment limiter le public qui peut voir leurs publications en ligne. Si ce n'est pas le cas, proposez-leur d'apprendre à le faire ensemble.

Lorsque les enfants commencent à utiliser un nouvel appareil ou une nouvelle application, passez en revue les fonctionnalités de confidentialité et assurez-vous qu'elles permettent de recueillir le moins de renseignements possible. S'il s'agit d'un iPhone, allez dans les réglages « Confidentialité et sécurité », puis dans « Suivi », et désactivez l'option « Autorisation du suivi par les apps ». Sur un téléphone Android, téléchargez l'application DuckDuckGo et activez la protection contre le suivi des applications. Montrez à vos enfants comment procéder et découvrez ensemble comment limiter la collecte de renseignements sur d'autres applications, navigateurs et sites Web.

CO-VISIONNER

À cet âge, le co-visionnement peut passer de l'utilisation commune des médias à la discussion avec les enfants de leur vie médiatique : ce qu'ils aiment, ce qui les emballe ou les réjouit, et ce qui les inquiète ou les contrarie. Si le simple fait d'être avec eux est une étape importante, c'est aussi une excellente occasion d'aider vos enfants à réfléchir de manière critique aux médias qu'ils consomment, en leur posant des questions à leur sujet et, parfois, en leur répondant.

Commencez par explorer ensemble leurs centres d'intérêt en ligne. Regardez ensemble des vidéos de bricolage ou de cuisine qui posent des problèmes de

sécurité et explorez les communautés en ligne qui les intéressent, comme les wikis.

Les enfants de cet âge commençant à penser davantage en termes de valeurs et de morale, il est important de les aider à comprendre que les médias ne nous disent pas vraiment ce qu'il faut penser, mais qu'ils ont un impact important sur les choses auxquelles nous pensons : ces messages proviennent des personnages principaux ou des personnes citées dans un reportage, des personnes et des choses qui sont considérées comme importantes, et des gestes des personnages qui sont récompensés ou punis. C'est pourquoi même les médias les plus « insignifiants », comme les dessins animés, les messages sur les médias sociaux ou les jeux vidéo, peuvent avoir un impact important sur nous.

Aidez vos enfants à comprendre que tout le monde partage des images idéalisées d'eux-mêmes et de leur vie en ligne. Par exemple, parlez des personnages des émissions ou des jeux préférés de vos enfants, ou de leurs instavidéastes, influenceurs ou youtubeurs préférés. Voient-ils plus ou moins souvent certains types de personnes (races, sexes, morphologies, capacités, etc.)? Différentes choses sont-elles souvent associées à différents types de personnes?

ENCADRER

Les jeunes de cet âge devenant de plus en plus indépendants, il est important de leur apprendre à équilibrer les risques et les possibilités en ligne. Parallèlement, il est également essentiel de les aider à faire le point sur les ressources de recherche d'aide dont ils disposent. Discutez avec vos enfants de

l'utilisation qu'ils font de leur téléphone et d'autres appareils et applications. Comprendre le rôle que ceux-ci jouent dans leur vie peut contribuer à éviter les conflits concernant les règles.

La prise de risques est un besoin important des enfants à cet âge, mais ils ont besoin de soutien et de conseils pour le faire en toute sécurité. Des conversations ouvertes et encourageantes, avant et après avoir rencontré des risques en ligne, sont nécessaires pour renforcer leur résilience. Les enfants sont susceptibles de se braquer si leurs parents semblent les juger ou les critiquer, que ce soit eux-mêmes ou les choses qu'ils aiment.

Aidez-les à reconnaître les « signaux d'alarme » qui suggèrent qu'une personne en ligne, qu'il s'agisse d'une personne rencontrée en ligne ou qu'ils connaissent déjà hors ligne, pourrait les manipuler psychologiquement pour les préparer à une relation sexuelle :

- en les complimentant, en particulier sur leur apparence;
- en leur demandant de communiquer en privé ou de les rencontrer en personne;
- en intégrant le sexe ou des sujets à caractère sexuel à la conversation;
- en partageant ou en leur proposant de partager des images à caractère sexuel, soit de la pornographie ou des photos de l'expéditeur;
- en leur demandant de ne pas parler de la conversation ou de la relation à leurs parents ou amis.

Vous pouvez leur donner des moyens de quitter rapidement une conversation s'ils voient l'un de ces signes, par exemple en disant à la personne que vous l'appellez. Il est également important qu'ils sachent qu'ils doivent vous prévenir si un adulte qu'ils connaissent hors ligne demande à communiquer avec eux dans un espace privé en ligne.

La capacité croissante des préadolescents à voir les nuances de gris signifie que les approches de l'utilisation des médias et du « temps d'écran » devraient maintenant se concentrer sur la détermination des utilisations moins saines et moins productives de la technologie des médias ainsi que sur la reconnaissance de la façon dont la conception des outils médiatiques peut promouvoir des modèles d'utilisation malsains. Demandez à vos enfants quelles activités médiatiques leur procurent un sentiment de bien-être et celles qui leur font du tort. Chaque enfant est différent : certains peuvent être affectés par une petite dose de quelque chose, d'autres par une grande dose de cette même chose, et d'autres encore ne pas être affectés du tout. Nous pouvons les aider à réfléchir aux activités médiatiques qui sont bonnes ou mauvaises pour eux et à la fréquence de leur utilisation.

Ils ont toujours besoin de limites et aussi de savoir qu'ils peuvent s'adresser à vous, et ils sont souvent soulagés lorsqu'un adulte de confiance intervient pour les aider à résoudre un problème. (Dans l'ensemble, 7 sur 10 d'entre eux pensent encore que leurs parents en savent plus qu'eux sur la technologie.) Les règles doivent inclure à la fois un principe général (p. ex. « Respecter la vie privée des gens en ligne ») et des exemples précis (p. ex. « Toujours demander la

permission avant de partager la photo de quelqu'un »). Rassurez-les en leur disant que vous ne réagirez pas de manière excessive s'ils viennent vous demander de l'aide et expliquez-leur où (et auprès de qui) ils peuvent obtenir de l'aide s'ils ne peuvent pas se tourner vers vous.

Il est également primordial de parler aux enfants après que les choses aient mal tourné, et de les aider à faire face à ce qui s'est passé et à trouver des solutions, pour les aider à devenir résilients.

Ressources supplémentaires

POUR LES PARENTS

[Accompagnez vos enfants dans leur visionnement](#)

[Aider les enfants à bien utiliser leur téléphone dès le départ](#)

[Comprendre les systèmes de classement](#)

[Discuter avec les jeunes du sexisme dans les médias](#)

[FAUX que ça cesse : Pensée critique et désinformation](#)

[La peur et les médias](#)

[Lignes directrices familiales sur les nouveaux appareils technologiques](#)

[Parler aux enfants des préjugés irréflechis en ligne](#)

[Parler aux jeunes des médias et de l'image corporelle](#)

[Parler de la publicité avec les jeunes](#)

[Parler de pornographie à vos enfants](#)

[Protéger sa vie privée sur les applications et sites Web commerciaux](#)

[Utilisation des contrôles parentaux](#)

POUR LES PRÉADOLESCENTS

[Citoyenneté numérique : Développer de l'empathie et gérer les conflits en ligne](#)

[Citoyenneté numérique : Éthique et protection de la vie privée](#)

[Citoyenneté numérique : Utiliser les technologies à bon escient](#)

[Comment chercher dans Internet de façon efficace?](#)

[Composer avec le stress numérique](#)

[FAUX que ça cesse : Comment savoir ce qui est vrai sur Internet](#)

[Que faire si quelqu'un est méchant envers toi en ligne](#)

[Une plaisanterie peut blesser quelqu'un](#)